



RYGSØJLEGIGT OG  
MORBUS BECHTEREW

## VI KÆMPER FOR DIG

**M**ange danskere lider af kroniske sygdomme. Og den ene er mindst ligeså vigtig som den anden. Men vi frygter, at rygsøjlegigt falder mellem to stole, fordi kendskabet til sygdommene ikke er tilstrækkelig udbredt - og derfor diagnosticeres mange patienter alt for sent.

Der er simpelthen ikke tilstrækkelig information om rygsøjlegigt. Og det kan vi ikke være bekendt. Hverken over for de 50.000 danskere, der lider af SpA, herunder rygsøjlegigt, og de ca. 1700 nye patienter der hvert år får stillet en diagnose, eller de mange tusinde pårørende, der har sygdommen helt tæt på.

Foreningen for Rygsøjlegigt og Morbus Bechterew arbejder for at forbedre forholdene for alle med gigt i rygsøjlen. Behandlere, læger, patienter og pårørende skal vide mere om SpA-symptomerne, når de møder en, der har "ondt i ryggen". For så får patienterne hurtigere at vide, hvad de fejler. Og så kan de komme i den rette behandling med det samme. Og det nytter at gøre en aktiv indsats tidligt. Det giver bedre livskvalitet, færre udgifter i sundhedsvæsenet og lavere belastning af den sygdomsramte og de pårørende.

FOR MERE INFORMATION  
[www.rygsoejlegigt.dk](http://www.rygsoejlegigt.dk)



### Følg os på facebook

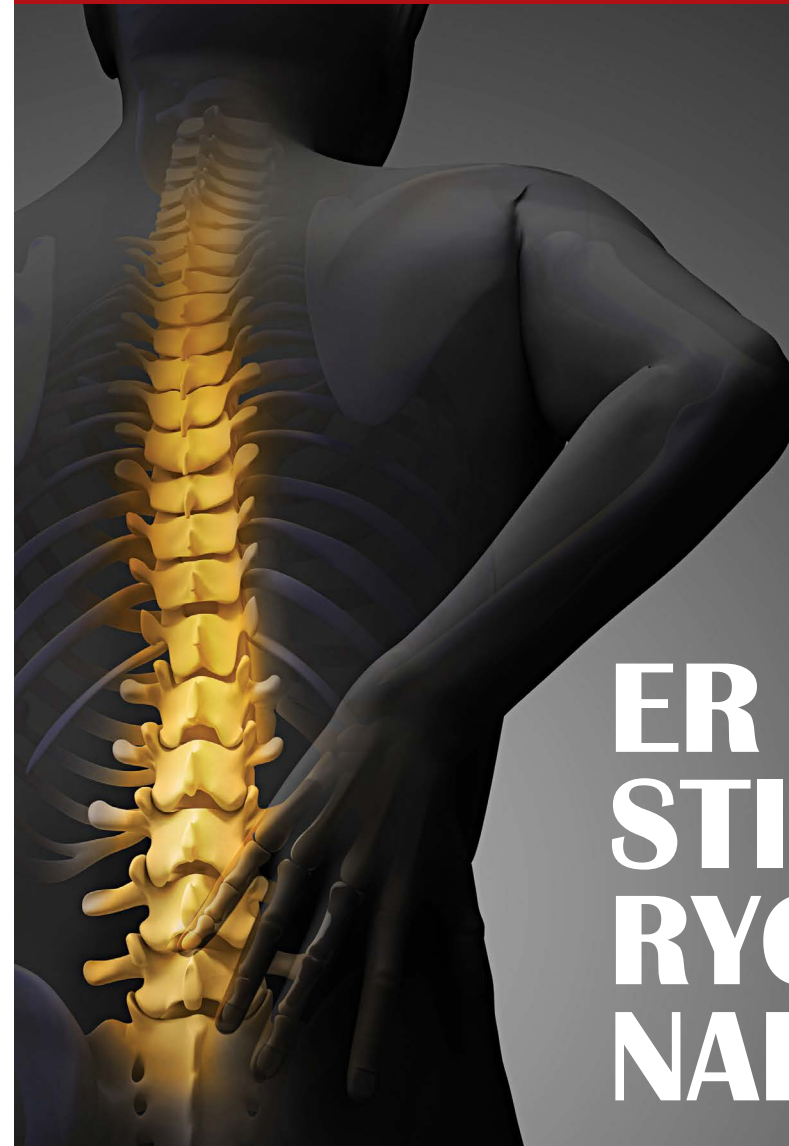
Velkommen til Foreningen for Rygsøjlegigt og Morbus Bechterew på facebook.

Vi vil gerne være en forening for alle med inflammatorisk gigt i ryggen, da ikke kun morbus Bechterew patienter, men mange andre har behov for en stærk organisation til at tale deres sag.

Vi håber, du vil finde information og inspiration via denne side.

Du finder os ved at søge **rygsøjlegigt** på facebook.

FORENINGEN FOR RYGSØJLEGIGT OG MORBUS BECHTEREW



ER DU  
STIV I  
RYG OG  
NAKKE?



Denne brochure er udgivet med økonomisk støtte fra MSD. MSD har ikke haft indflydelse på indholdet.

FOLDEREN OM RYGSØJLEGIGT

Du er ikke alene

# 50.000

DANSKERE ER STIVE I RYG OG NAKKE

**V**i kalder det ofte for "dårlig ryg", når vi mærker smerter i ryggen. Det kan dække over forskellige årsager, og i mange tilfælde går smerterne over af sig selv ved, at vi skåner ryggen i en periode, tager lidt smertestillende eller får behandling hos en fysioterapeut.

For en stor gruppe danskere går symptomerne imidlertid ikke over. De får i stedet tiltagende stivhed og smerter i ryg, nakke og bækken. De har gigt i rygsøjlen. Gigten skyldes, at immunsystemet angriber kroppens led i ryg og nakke og medfører gigtbetændelse.

Gigt i rygsøjlen tilhører gruppen af SpA-gigtsygdomme og kaldes med det lægefaglige udtryk spondyloarthritis (SpA). Udover at ramme rygsøjlen og led øger SpA også risikoen for regnbuehindebetændelse, tarmbetændelse og psoriasis.

En af formerne for SpA er morbus Bechterew. Morbus betyder sygdom på latin, og Bechterew er navnet på den russiske læge, der først beskrev sygdommen (Vladimir Mikhailovitch Bechterew (1857-1927)).

Ved morbus Bechterew udvikler man på sigt karakteristiske knogleforandringer. En større gruppe udvikler dog ikke disse specifikke forandringer, og den lidelse betegnes uspecifik aksial SpA.

Andre sygdomme under spondyloarthritis er psoriasisgigt, gigt ved kronisk tarmbetændelse og gigt efter infektion.

### Ubehandlede symptomer gennem flere år

Mange går alt for længe med smerter og stivhed i ryggen. Hos de fleste opstår symptomerne, inden de er fyldt 45 år, men hos nogle begynder de første gener allerede i teenagealderen eller ungdomsårene. Symptomerne udvikler sig langsomt og bliver ofte vurderet at have andre årsager end SpA. Alttså er der mange, der ikke bliver diagnosticeret korrekt.

Selv om 1% af den danske befolkning har fået diagnosticeret SpA, er der mange, der ikke kender til lidelsen. Konsekvensen er, at de bliver behandlet for sent. Det kan få alvorlige følger, fordi leddene kan tage varig skade.

## UDBRED KENDSKABET TIL GIGT I RYGGEN

Foreningen for Rygsøjlegigt og Morbus Bechterew arbejder for at bedre forholdene for personer med rygsøjlegigt og for at både behandlere, praktiserende læger og danskere i almindelighed bliver opmærksomme på sygdommene. Ubehandlet sygdom har alvorlige konsekvenser for de ramte og deres pårørende, ligesom det belaster samfundøkonomien og behandlersystemet.

I Foreningen for Rygsøjlegigt og Morbus Bechterew ønsker vi at få anerkendt og udbredt kendskabet til SpA. Ellers får danskerne ingen oplysning, behandlere og læger får ikke bedre behandlingsmuligheder - og patienterne får ikke mulighed for en bedre tilværelse.

Hvis du kan genkende nogle af symptomerne, bør du tale med din læge om dem. Vi

ser dig også gerne også som medlem af vores forening. Jo flere vi er, jo større er chancen for at blive hørt.

Med venlig hilsen

**Jens Tryde**

*Formand  
Foreningen for Rygsøjlegigt  
og Morbus Bechterew*

### FOR MERE INFORMATION

Se [www.rygsoejlegigt.dk](http://www.rygsoejlegigt.dk) og kontakt os meget gerne.

Du er altid meget velkommen som medlem – passiv som aktiv – der er en landsdelsforening tæt på dig.



# SPA ER FLERE FORSKELLIGE SYGDOMME

**S**pA eller spondyloarthritis er en fællesbetegnelse for en række sygdomme, hvor immunsystemet angriber ryg og led, og hvor der er øget risiko for regnbuehindebetændelse, tarmbetændelse og psoriasis.

SpA inddeles i aksial SpA eller Perifer SpA. Aksial SpA rammer primært rygsøjlen og kaldes derfor rygsøjlegigt, hvorimod perifer SpA rammer kroppens andre led. Gigtssygdomme under perifer SpA omfatter psoriasisgigt, gigt ved tarmbetændelse, gigt som følge af infektion samt uspecifik gigt. På denne måde adskiller de sig fra gigt i rygsøjlen.

Aksial SpA – altså rygsøjlegigt – kan igen opdeles i to forskellige grupper, såkaldt non-radiologisk SpA (uspecifik SpA) og radiologisk SpA, som også betegnes morbus Bechterew.

Non-radiologisk SpA eller uspecifik SpA er karakteriseret ved ledforandringer i ryg og bækken påvist ved MR-scanninger samt ek-

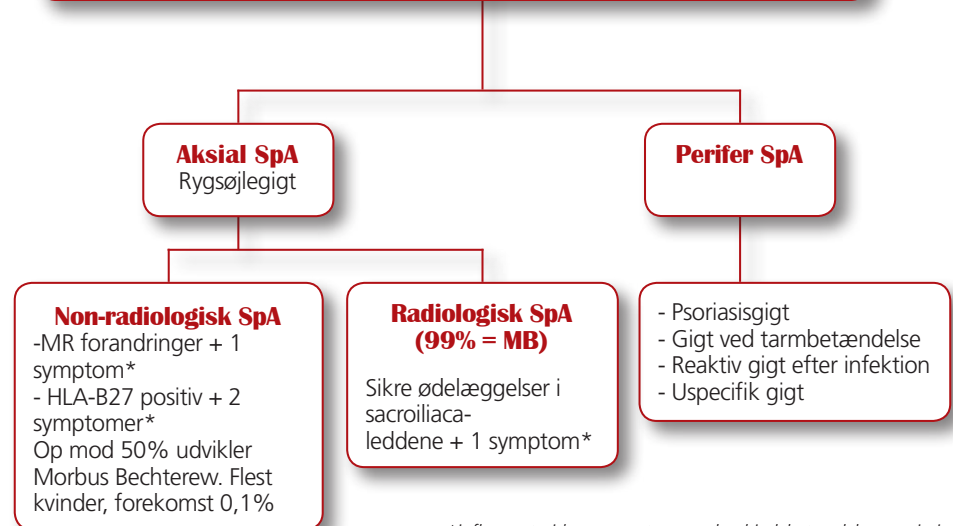
sempelvis inflammatoriske rygsmerter, regnbuehindebetændelse, psoriasis, pølsefingre eller tarmbetændelse.

Nogle har vævstypen HLA-B27 i kombination med to af de nævnte symptomer. Det skønnes, at uden behandling vil op mod halvdelen af denne gruppe udvikle egentlig morbus Bechterew, mens andre vil have gener i varierende grad som følge af inflammationen.

Gruppen af patienter med radiologisk SpA, hvoraf 99% opfylder kriterierne for morbus Bechterew, er karakteriseret ved ødelæggelser i korsbensled, de såkaldte sacroiliaca-led - og mindst ét af de førnævnte karakteristiske symptomer.

Jo flere ikke-rygrelaterede symptomer man har, des lettere er det at stille en SpA-diagnose. Bliver man diagnosticeret tidligt, er der gode muligheder for at holde sygdommene i skak og opretholde dagligdagsaktiviteter og livskvalitet.

**SpA - spondyloarthritis**  
En række sygdomme, som har fælles træk med mulighed for inflammation i både ryg og perifere led, samt risiko for regnbuehindebetændelse, tarmbetændelse, psoriasis med mere. Der er familiær disposition.



*\*inflammatoriske rygsmerter, regnbuehindebetændelse, psoriasis, pølsefingre, tarmbetændelse, familiær disposition + nogle flere*

En tidlig diagnose kræver, at både patienter, behandlere og praktiserende læger får mere viden om – og fokus på – disse former for gigt. For det er ikke sjældent, at der går op til ti år, inden patienten får den rigtige forklaring på rygsmerterne - og kommer i behandling.

Derfor er det vigtigt med oplysning om SpA. Og derved kan vi undgå, at SpA-patienter bliver opgivet, fordi behandlersystemet ikke er tilstrækkelig opmærksomme på diagnosticeringen.

# VÅGNER TIDLIGT MED SMERTER I RYGGEN

**N**år vi mærker smerte i ryggen, kalder vi det ofte for "dårlig ryg". Det kan dække over mange forskellige årsager, og i mange tilfælde går smerterne over.

Mere end 50.000 danskere med SpA oplever imidlertid, at sygdommen hæmmer deres hverdag. Udover stivhed i ryg og nakke, døjer de med smerter.

De får typisk snigende lændesmerter allerede inden 40-års alderen. Og lændesmerterne forsvinder ikke ved hvile. Heldigvis kan fysisk aktivitet som rygvenlige øvelser, gym-

nastik, cykling og svømning lindre smerterne og være med til at vedligeholde smidigheden i leddene.

Natten kan også være svær at komme gennem, fordi smerterne ikke forsvinder ved hvile. I stedet vågner mange med ondt i ryggen i de tidlige morgentimer, hvorefter de må stå op og gå lidt omkring for at lindre stivhed og smerter.

Kan du genkende nogle af ovennævnte symptomer, bør du kontakte din læge. For der er hjælp at hente.



# FYSIOTERAPI ELLER MEDICINSK BEHANDLING

**F**ysisk aktivitet i form af gymnastik, fysioterapi, svømning - eventuelt i varmtvandsbassin - er det vigtigste element i kampen for en normal hverdag, når man har SpA. Det forbygger stivhed i leddene og lindrer smerterne. Behandling med lettere smertestillende midler som NSAID-medicin kan også lindre.

Mange har også gavn af almindelig smertestillende medicin eller deciderede gigtpreparater. Hvis sygdommen forværres hurtigt, er det også muligt at få såkaldt biologisk behandling, som kan være med til at bremse eller standse sygdomsudviklingen. Speciallæger i gigtsygdomme vurderer, hvilken behandling der er mest relevant for dig.

